

论藏族饮茶习俗的形成及其特点

罗桑开珠

(中央民族大学 藏学院, 北京 100081)

〔摘 要〕 藏族饮茶历史十分悠久,在与各民族交往过程中形成了独特的饮茶习俗。藏族喜好饮茶,与其独特的生存环境和日常生活饮食习惯密切相关。藏族饮茶习俗无论在茶叶品种、饮茶方式、饮茶器具等方面均具有鲜明的特点。

〔关键词〕 藏族;饮茶习俗;形成;特点

〔中图分类号〕 C95 〔文献标识码〕 A 〔文章编号〕 1005-8575 (2011) 03-0085-06

藏区本不产茶,1949 年新中国建立以后藏区开始种植茶树并大力发展,结束了藏区无茶的历史。历史上藏区虽不产茶,但藏族饮茶的历史却十分久远,在长期的历史发展过程中形成了自己独特的饮茶习俗。

一、藏族饮茶习俗的形成与发展历史

藏族饮茶习俗,最早见于汉文文献司马迁的《史记》、班固的《汉书》、蜀郡人王褒的《僮约》以及《华阳国志》等。这些文献记载了西汉时期蜀地与西南夷地的茶市。西蜀的商人于秦汉之时已与康藏高原东部的苻都夷、牦牛夷等有着物资交换关系,以蜀中之茶换取苻马、牦牛等。汉武帝建元年间,唐蒙开南夷道,通往夜郎,司马相如趁势开通耶、苻等西夷之路,被称之为牦牛道,牛帮托茶道。后来又被称之为茶马古道。根据上述记载,西蜀康区藏族使用茶始于西汉末期,距今有 2000 多年的历史,开辟了畜产品与茶叶互市的历史纪元。

汉地饮茶习俗产生于云南,茶文化形成于四川,喝茶习俗及茶文化都形成于藏区毗邻地区。据藏汉文史料记载,卫藏地区饮茶历史开端于吐蕃王朝时期。《西藏政教史鉴附录》记载,茶叶是随文成公主入藏带入吐蕃的,公元 641 年汉地饮茶习俗传入拉萨,距今已有 1359 年的历史。藏文《汉藏史集》亦记载吐蕃第 36 代赞普都松芒波杰(赤都松 676—704 年)的“鱼王显现,引路过河”,“母鹿帮助驮茶至藏地”,“国王饮茶治愈疾病”的故事。^①汉文文献唐朝《国史补》也有唐朝使者“常鲁公使西蕃,烹茶帐中。赞普问曰:此为何物?鲁公曰:涤烦疗渴,所谓茶也。赞普曰:亦有我此”。汉地饮茶习俗最早传入康藏是由地缘关系之便所致;后传入卫藏则是与政治文化背景有关;传入安多地区则是经济贸易发展之产物。

茶作为汉藏经济贸易的通道有三:南部牦牛道、茶马古道,中部唐蕃古道,北部丝绸之路的岔道,分别开通于西汉、唐代、宋代。南部牦牛道是指西汉时期从云南、四川通往康藏之道,主

〔收稿日期〕 2011-01-10

〔作者简介〕 罗桑开珠 (1955 -),男(藏族),青海玉树县人。中央民族大学藏学研究院教授。

① 达仓宗巴·班觉桑布的《汉藏史集》(陈庆英译)记载:都松芒波杰得了一场重病,当时吐蕃没有精通医学的医生,国王只能注意饮食行动,加以调理。当国王安心静养之时,王宫屋顶的栏杆角上,飞来一只以前没有见过的美丽的小鸟,口中衔着一根树枝,枝上有几片叶子,在屋顶上婉转啼叫。国王派人将小鸟衔来的树枝取来放到卧榻之上。国王发现这是一种以前没有见过的树,摘下树叶的尖稍放入口中品尝其味,觉得清香。加水煮沸,成为上好饮料。于是国王召集众大臣及百姓寻找这种树木。有位大臣发现吐蕃边境的汉地有一片密林,他心想,那边的密林之中,必定有这样的树木。可是密林边有条大河,渡不过去。于是就有了“鱼王显现,引路过河”,“母鹿帮助驮茶至藏地”,“国王饮茶治愈疾病”的故事。

要与川滇藏区进行茶叶与畜产品交易，尚无与西藏开通茶马古道。中部唐蕃古道是长安至吐蕃的通道，即文成公主入藏的政治文化通道和由雅安西进康藏地区的茶贸经济通道，最后两道于玉树会合进入西藏。汉藏茶马互市始于唐太宗李世民和吐蕃王朝缔造者松赞干布时期。松赞干布去世后至赤热巴巾之前，唐蕃时战时和，没有形成官茶贸易和民间大规模的茶贸市场。到吐蕃后期，唐蕃关系和好，边境政局稳定，使茶贸经济有所发展。吐蕃时期饮茶的习俗只限于上层王室贵族和僧侣阶层，当时稀缺而昂贵的茶叶没有条件普及到广大民众中。吐蕃王朝前期西藏茶叶食用范围只限于王室贵族之中，到了吐蕃王朝中期则饮茶习俗及于藏僧中，是随汉地和尚入藏弘法而传至的。佛教分别由汉地和印度传入吐蕃，汉地僧人有饮茶的习俗，将饮茶习俗传与吐蕃僧侣。由于茶有“破睡、涤烦、疗渴”等功效，赢得藏僧的喜爱，称其为“甘露之海”。吐蕃僧人一开始就得到了吐蕃王室的供养，而且最初的僧人来自王室贵族家庭，有条件喝茶。

正式的有一定规模的茶马互市实际始于宋代，于是被称之为茶马古道。内地五代及宋朝时期，战乱频仍，需要从藏区采购大量的战马，同时，中央王朝借助茶叶贸易加强与藏区的政治关系，于是正式建立了“以茶易马”的互市制度，使茶叶出售输送到藏区成为当时王朝的一项重大国策。从而保障了藏区茶源的供给，推动了藏族社会饮茶习俗的发展。从当时的资料看，藏区割据时期饮茶习俗比较普及，如印度高僧阿底峡在古格传法时对藏族的茶饮料倍加赞赏：在印度用金子也买不来的饮料，你们可以整日饮用，天天享受。说明割据时期藏区饮茶习俗已比较普及。

此后，元朝萨迦政权时期，元朝曾设置“西蕃茶提举司”，四川碉门是当时最大的汉藏茶贸市场。元朝还在内地至西藏萨迦的沿途设立了27所驿站，为往来的使臣商贾提供了极大的便利，也保障了茶商道途的安全，进一步推进了茶贸经济的繁荣发展。明朝帕竹政权时期，汉藏茶贸经济日趋扩大，由原来重点面向康藏和卫藏地区的茶马互市，扩展至安多藏区。明朝在今甘肃临夏、天水、临潭、四川雅安、松潘等地，专门设立茶马司，统一管理茶马互市。清朝时期，

在西北五地设有茶马司（青海、甘肃、新疆、宁夏、陕西），后由在云南永胜、甘孜康定、青海湟源开辟茶市。不过这时期的茶贸经济超出了茶马互市范畴，还包括一些土特产品与生活必需品的交换。民国时期，通过滇藏、川藏、青藏贸易，将内地的茶叶输送到西藏及其他藏区。据1941年的统计，每年从康定输送到拉萨一带的茶叶就达20多万包，从云南输送到西藏的茶叶约2—6万多包。^[1]

综上所述，茶马贸易始于唐代，规范于宋代，兴盛于明代，普及于清代。唐代，唐朝与吐蕃的政治交往，文化交流，宗教传播促使了西藏饮茶之习的形成。宋代茶马贸易制度化，被官府垄断；元代茶马贸易民间化；明代茶马贸易既有官营的茶马贸易、贡马赐茶的茶马贸易又有民间土特产与茶马贸易并行兴盛；清代边茶贸易由茶马交易为主转向以茶易土特产（毛皮、黄金、药材等）为主的经济贸易，茶贸易额急剧增长。

然而，直至清朝茶树仍然未在藏区种植。清光绪年间，张荫棠在藏期间，为了抵制印茶倾销西藏，在拉萨等地试种茶树，未见成效。1906年赵尔丰令在甘孜地区种植茶树，后因政局鼎革，无人问津。1923年，13世达赖在恰曲戎地方试种茶树，由于种种原因而半途而废。1956年，当时驻守在察隅县的部队，用云南的大叶种和小叶种茶籽在下察隅区日马乡播种，没有成功。1963年西藏政府又一次在察隅农场和易贡农场试种茶树，2000多株茶树成活，而且所结茶籽繁育后代。1964年将其制成红茶、绿茶等7个花色，经中科院专家审定，西藏的茶叶达到了优质茶叶的品质标准。从此结束了西藏无茶的历史。1971年开始，西藏政府分别在海拔1570—3700米的20多个县试种茶树，其中察隅、米林、林芝、墨脱、波密等县获得成功，并形成了一片世界屋脊新茶区。

可见，从西汉开始至1949年新中国建立，茶贸易始终是藏区和祖国内地最大的经济贸易活动，由茶贸经济带动了民族交往和文化交流，为维护祖国边疆稳定和发展内地经济等起到了重要作用。

二、藏族饮茶习俗形成的原因

一切文化的创造与继承首先都是依据生活的

需要而进行，藏族喜好饮茶，这与其生存的独特自然环境相关，是其日常生活饮食习惯之需要。藏族人民饮茶习俗及饮茶方法的形成与其生活的需求之间具有密切的关系。

(1) 生活的需求：青藏高原饮食以肉食品、乳食品为主食，过于油腻，需要以茶助消。

(2) 生理的需求：青藏高原缺少蔬菜水果及其他矿物质和维生素，需要以茶替补。

(3) 环境的需求：藏族人民居住在平均海拔4500米以上，年平均气温零下4℃左右的高原，寒冷的气候需要热量，干燥的空气需要润湿，饮茶可以起到抗寒、缓解高原缺氧和干燥的作用。

(4) 经贸的需要：茶叶是藏族人民最喜爱的饮料，马匹是中央王朝军队的装备或达官贵人的交通工具中最炫耀的物品，因而形成了延续至今的茶贸经济。

饮茶已经成为藏族人民日常生活中的重要组成部分。有藏族谚语为证：

没有茶喝的日子难度，没有马骑的路程难行。

没有茶叶的家户不穿门，没有美酒的家户不坐客。

没有茶叶的糌粑不好舔吃，没有镶边的衣服无法穿美。

没有歌舞心不悦，没有茶叶神不振。

没有热茶的饭不香，没有肥油的肉不香。

一日无茶则滞，三日无茶则痛。

饭可一天不吃，茶却不能一顿不喝。

没有盐的茶像水一样，没有德的人像鬼一样。

由此可见，茶与藏族人民的生活密切相关。藏族在生产生活中形成了一日六餐之习，一日六餐不可缺茶，每餐的名称以茶命名：早茶，约为

6:00；上午茶，约为9:00；中午茶，约为12:00；下午茶，约为15:00；晚茶，约为18:00。有的家庭还有喝夜茶的习惯；有的老年人口不离茶，边喝茶便诵经，边喝茶边聊天。故藏族谚语中有“饭可一天不吃，茶却不能一顿不喝”。

往来礼品不可缺茶；拜见头人、活佛、上师、长辈的礼品中不能缺哈达和茶叶；访友探亲的礼品中不能缺少哈达和茶叶。婚丧节庆的礼物中不能缺哈达和茶叶；宗教活动不可缺少供茶，有钱的人家每年在本地寺院或到拉萨三大寺进行一次供茶活动；普通百姓在超度亡灵，避邪消灾，去病康复等宗教祈愿活动中，也依据自己的经济能力向寺院或僧侣进行供茶活动。

三、藏族饮茶习俗的特点

藏族饮茶历史具有悠久的历史 and 深厚的茶文化，在长期饮茶中对茶叶的产地、颜色、形状、味道、功效及使用方式等方面有了较深了解和研究^①并形成了独特的饮茶习俗。

1. 藏族制作的茶叶

藏族茶饮料制作的茶叶一般是砖茶、沱茶和红茶三种，甚少分绿茶和花茶直接泡水饮用。藏族对自己所用的茶叶叫“大茶”或“藏茶”，是内地对藏区的专供茶，历史上被称之为“边茶”。一般茶叶可分为细茶和粗茶两种，细茶也叫芽茶，是清明前后采摘的嫩芽绿叶；粗茶亦称剪刀茶，是秋季用剪刀或刀子连枝带叶采摘的茶，也就是“大茶”或“边茶”。从茶功效看，细茶味香清淡，但不经泡；粗茶色味俱浓，经煮耐泡，具有抗寒提神的功效，故甚受藏族人民的喜爱。

2. 藏族茶饮料品种

藏族茶饮料品种十分丰富，大致有以下几类：

(1) 奶茶：奶茶茶料、奶和佐料制成，可分为以下几种：

^① 藏族对茶叶产地、种类、颜色、食用方法及其功效等都有详细的记载。达仓宗巴·班觉桑布的《汉藏史集》（陈庆英译）曰：“生长于山谷深处的茶树，叶小，枝干粗圆，颜色灰白，气味如当归，味涩，烧煮后饮用，能治疗涎分病（血栓），这种茶称为札纳普达茶。生长于山谷谷口处的茶树，叶片大而柔软，树干粗圆，颜色深黑，汁味大苦，适作饮料，对风病有大疗效（中风病）。被称为乌苏南达茶。生长在旱地的茶树，叶片大，树干粗，颜色红褐，气味难闻，汁黑色，味涩，适烧煮，去胆热（胆囊炎），若加封藏，其汁红黄。被称为敦乌玛底茶。生长在水浇地的茶树，被称为阿米巴罗茶，叶片厚而光滑，颜色青绿，多次浸泡汁色不变，气味甜，味柔和，适合研细浸泡，平寒热（驱寒解热）。生长在农田中的茶树，被称为哈拉札茶，颜色黄，叶片大而枝干粗，汁如血色，味道大苦，气味如甲明树之气味，适合速煎，饮之去痴愚（痴呆症）。生长在熟田中的茶树，被称为阿古达玛茶，颜色灰黑，叶片小而厚，枝干细，其汁如乳浆树之汁，气味芳香，味道清甜，以研为细末者佳，饮之去风病（风湿病）”。同时还指出生长茶或种植茶叶使用不同肥料茶叶的功效等。

茶汁奶茶—即用已熬出的茶汁、鲜奶为原料的奶茶；

清茶奶茶—即以大茶直接熬制出的奶茶；

熟茶奶茶—即用已做好的熟茶烹制的奶茶；

咸奶茶—即以盐巴为佐料的奶茶；

甜奶茶—即以红糖等为佐料的奶茶；

香奶茶—即以盐、花椒为佐料的奶茶。

(2) 酥油茶：以茶汁、酥油、核桃、鸡蛋、盐巴等为原料，经过茶桶搅拌成原料与茶水交融制成。

(3) 甜茶：用红茶熬汁，以红糖、牛奶为原料。

(4) 枣茶：熬奶茶时放入若干个红枣，或茶碗里放入三个红枣，上斟奶茶。

(5) 清茶：即直接熬煮茶叶，除了盐巴之外不放任何佐料的纯清茶。

(6) 糌粑茶：即先将茶叶烘干后舂为细末，茶末投入水中熬出茶汁，再洒入糌粑和盐，使其成为茶汤喝。

(7) 面茶：即将面粉放入锅中干炒，炒熟后放有盐巴的浓茶里搅拌而喝的茶面汤。

(8) 油茶：即将酥油、糌粑、浓茶、盐巴混合，煮成糊状而食。一般农区产妇食用。

(9) 奶酪茶：先在碗里放上一些奶酪，再倒入清茶喝，茶喝好后食尽奶酪。

3. 藏族饮茶的方式

(1) 熬清茶法，即将茶叶放入铝制或铜制的锅或壶中，用泉水或新水熬煮。熬茶的水有讲究，一般要用山泉水和清澈的新水，这与汉地的“茶者水之神，水者茶之体”的熬茶择水，择水饮茶的方法和观念类似。开始用旺火烧开，然后用温火熬煮，熬出茶汁茶色。烹茶所用的佐料藏区各地不尽相同，康区一般只放盐；康区有些地方熬清茶既放盐又放碱，这样既易出茶汁茶色，又增强助消功能；安多农区熬清茶一般放花椒、放盐甚至放姜，这些佐料既味香又增加热量，具有祛风通经的功效；卫藏地区一般都放盐饮用，也有不放盐的饮茶习惯。一般茶叶和盐巴一同放入锅或壶中熬煮，也有在茶色熬出后再放盐或盐巴，茶盐不分。藏族谚语“茶无盐水一般；人无德鬼一般”说明了茶中放盐的重要性。

(2) 熬茶汁法，即将砖茶或沱茶摆开后放入铝制或铜制锅中，不放任何佐料，只加泉水或

清澈的新水熬煮成浓汁，虑净茶叶，将茶汁盛入茶罐备用。打酥油茶时，根据自己的口味从茶罐中取出部分茶汁，放入盐巴加上适量的开水倒入专门打制酥油茶的茶桶中，藏语称其为“茶母子”。熬清茶和熬茶汁的茶叶一般熬煮两遍至三遍，这与高原气候和砖茶的特性有关。藏区海拔高、气压低、水的沸点低，茶叶只有熬煮才能出色出味，另外大茶是秋季采摘的连枝带叶的老茶，不易出汁出味。

(3) 制熟茶法，即将几块砖茶或大茶摆开后放入或铝制、或铜制或生铁制的大锅中，放入适量的碱，斟满水，用火煮至锅中的水基本蒸干为止，然后将煮熟的茶在帆布或毛布上摆撒晒干后，装入茶袋，藏语叫“嘉苏”，意为熟茶。熟茶便于日后使用，一是茶叶不用反复熬煮；二是缩小了茶叶熬煮的时间，将熟茶直接放入壶中水烧开即可饮用。

4. 藏族饮茶的器具

茶具就是饮茶所用的器具，是茶文化的重要组成部分。藏族饮茶的器具主要包括茶碗、茶壶、茶罐、茶锅、茶桶、茶瓢、火盆等。

(1) 茶碗，藏族茶碗依材质可分为瓷碗、玉碗、金碗、银碗、木碗、陶碗及以金银铜等镶嵌的碗。依其形状可分为高脚三胞胎、矮底三胞胎、高底高壁瘦身型、矮底矮壁丰身型等。依其图案可分为飞禽走兽类、树木花草类、河流山川类、吉祥符号类和混合图案类等。

制茶和喝茶所用器具有其要求：藏族喝茶最好的碗是瓷碗。关于瓷碗的来历《汉藏史集》中有详细的记载：“赞普找到茶叶后，听说汉地的皇帝喝茶有专门的器具，叫碗。于是派使臣求之，汉地的皇帝说：我们给你们送去医药历算、各种工匠、各种乐师，吐蕃并没有记住我的恩德，因此不能将碗赠给吐蕃。若吐蕃自己有制作的原料，我可以派遣一名制造碗的工匠前去。汉地工匠根据赞普的要求制作了碗口宽敞、碗壁颇薄、碗腿矮短、颜色洁白、具有光泽的瓷碗，取名为‘兴寿碗’，意为长寿富足。并按照赞普的吩咐以鸟、鱼、鹿为图案，这三类碗分别起名为夏布策、南策、囊策。当时以碗的图案和颜色划分碗的质量等级：绘有鸟口衔树枝的为上等碗，绘有鱼在湖中行游的为中等碗，鹿在山上吃草的为下等碗。”^[2]此图案与藏地茶叶的来历相联系，

说明茶叶传入藏区的历史悠久。“有的说，有龙和云彩结合的图案为上等，有茶和树木结合的图案为中等，有鱼和水兽图案的为下等。又有的说，具有龙、大象、狮子、老虎、法轮、净瓶、莲花、树木森林等图案的碗是上等，有大棚、鸭子、野兽、云纹、树纹、水纹、海洋、水兽、花朵等图案的（碗是中等），虽然使人一时快乐，但终究不长久。有鱼类、乌鸦、人尸、制兵器野兽、惊惶的动物图案的（碗为下等）。谁有这样的碗谁就会受苦。”另外，制作原料及质量比此三种碗差一些的普通的三种碗，起名为特策、额策、朵策。上等碗的原料为珍宝，中等碗的原料为石疖，下等碗的原料为白色陶土。上等碗的颜色为黄色，中等碗的颜色为白色，下等碗的颜色为青色。西藏山南至今尚存瓷窑遗址。

木碗曾经是藏区使用最普遍的碗，无论牧区农区，还是贵族僧侣都以使用木碗为主。使用木碗的历史，至少可追溯到吐蕃王朝时期，在敦煌文献《吐蕃羊骨卜辞》中就有使用木碗的记载。藏族林区许多地方均产木碗。木碗有三类：一类为不做任何装饰的木碗；一类为碗口圆边及碗座以银皮包上；再一类为木碗几乎通体都用银皮包饰，在碗腰处只留指宽的部分，能看出碗胎是木质的，其上配有碗盖，其下有碗托，均为银皮包饰，其碗盖为塔形，雕银嵌金，顶端一颗红珊瑚或玛瑙等为手柄，碗托为盛开的八瓣莲花状，在碗胎上分别镶嵌以银质雕刻的八祥瑞图。

木碗有美观细致，经久耐用，盛茶不变味，散热慢，饮用不烫嘴，携带方便等诸多优点，深得藏族人民的喜爱。藏族由于游牧生活之影响，形成了随身带碗的习俗，几乎没有公碗或通用他碗的习惯。即使在家中也要各自用自己的碗，出门要将自己碗揣在怀中随身携带，或装藏碗套里，挂在腰边。

藏区使用陶碗的历史悠久，在新石器时代卡若文化遗址的出土文物中便有陶碗五件。陶碗虽使用至今，但没有像瓷碗和木碗那样受到青睐，因而没有瓷碗和木碗使用普遍。

按照碗的形状和图案来区分，茶碗可分为八组十六种。

八宝吉祥碗，即绘有吉祥结、妙莲、宝伞、海螺、金轮、胜利幢、宝瓶、金鱼八种象征吉祥的图案的碗。

高脚三胞胎，配有高脚碗托和塔形碗盖的碗。

镶银木碗，即由银皮镶嵌碗内壁、碗口及碗座；在碗胎上分别镶嵌银质的八祥瑞图。

青龙瓷碗，白色上品瓷碗上绘有青龙及祥云图案的碗。

(2) 茶锅，茶锅按其材质可分为铜锅、铝锅、铸铁锅、陶锅、砂锅、合金锅等。按其形状可分为宽口立劲圆腹形和收口翻劲圆腹形两种。一般每个家庭都有1至2口茶锅，分别用于熬茶和煮肉。一般每座寺院都有大小不同的熬茶铜锅，尤其是格派六大寺院都有特大型铜质茶锅。特大铜茶锅的高深1.5米，宽径近2米，可以供两千余人饮茶。大部分铜茶锅的腹上和劲口都有浮雕图案和符号。

(3) 茶壶，藏族茶壶类型颇多，从其造型可分为瘦体型和肥体型两种。从质地可分为铜、铝、锡、釉陶制的茶壶。一般红铜茶壶的壶盖、壶颈、壶柄、壶嘴、壶口、壶底都用黄铜鎏金镶饰。黄铜茶壶的壶盖、壶颈、壶柄、壶嘴、壶口、壶底都用白银或白铜镶饰。釉陶茶壶以刻纹雕饰。

茶炉是藏族特有的家庭温茶的火盆，腹大口小，有的口沿上有三个支点，用于承托茶壶；有的没有支点，直接由炉口承托。茶炉的特点是炉内是灰火，不出火苗，基本上能够一日保温壶中茶水，还可以取暖。茶炉的形状也可分为肥体型矮身和瘦体型高身。

(4) 茶桶，酥油茶桶是藏区普遍使用的打制酥油茶的器具，是由口小腹深的圆形木桶和带柄的活塞构成，有大小之分，一般桶身1米左右，直径15—20厘米上下。藏族茶桶一般可分为两种，即素雅型和装饰型。素雅型是指没有任何金属装饰的纯木制茶桶，装饰型是指铜镶银饰的茶桶。茶桶环箍用锃亮的铜皮装饰，桶口及活塞木柄亦以铜皮包饰。精致的小酥油桶铜包银镶鎏金，并安置讲究的背带，以便随身携带。

(5) 茶瓢，藏族的瓢子种类颇多，以其材质分为铜瓢、铁瓢、铝瓢、陶瓢、木瓢。以其功能分为水瓢、茶瓢、饭瓢、奶瓢。

以其形状分为膨腹圆口型、口边外翻长柄型、立口短柄型、小瓢头长柄翻口型、大瓢头竖口短柄型。瓢柄都带钩，以便挂于绳索等物体

上。茶瓢一般都是小瓢头长柄翻口型，主要用于簸扬茶水，使茶出色及盛倒茶水。

结语

藏族人民在其历史发展过程中创造了独具特色的饮茶习俗和文化，是藏族人民智慧的结晶。其蕴含着藏族地方与中央王朝的政治关系，青藏高原与中原内地的经济交往的历史，有着丰富的文化内涵。汉地的茶文化与其他文化一样，是在两地民族交往中传入藏区的，对藏族的饮食文化产生了深远影响，尤其是开创了藏族的茶文化，使藏族成为世界饮茶民族的重要成员之一。印茶

入藏时，遭到了西藏地方政府及广大藏族人民的共同抵制，英国人贝尔都承认“凡是藏人踪迹者，无不嗜茶，即在大吉岭山下的西藏居民，亦不顾大吉岭所产名贵之茶，偏喜历尽艰辛山路而运入中国之茶。中国茶较贵，而人民又贫，但仍视为不可缺。”^[3]自唐代以来茶叶经济贸易是藏汉政治联系的重要纽带，对维护祖国统一起到积极作用。同时促进了两地民族经济的互通互补和社会经济的发展。藏族人民以自己的聪明智慧发明了新的饮茶方式，丰富了人类的茶文化。藏汉民族在长期的茶叶贸易中，结下了深厚的民族情谊，促进了中华民族的团结和统一。

（参考文献）

- （1）丁玲辉、平措卓玛. 青藏高原茶文化 [J]. 中国西藏, 2004, (4).
- （2）达仓宗巴·班觉桑布著（陈庆英译）. 汉藏史集 [M]. 拉萨：西藏人民出版社，1999.
- （3）央倩. 论藏族茶文化 [D]. 中央民族大学硕士学位论文。

The Formation and the Characteristics of Tibetan Tea Habitude

Luosangkaizhu

(School of Tibetology, Minzu University of China, Beijing 100081)

[Abstract] Tibetan tea habitude has a long history. In the long course of contacting and communicating with other ethnic groups, Tibetan people has formed unique tea habitude. The preference of drinking tea by the Tibetan people is closely related to their daily life and dietary habits. There are distinct characteristics in Tibetan tea habitude wherever in the tea varieties, the drinking mode as well as the utensils for drinking tea.

[Key words] Tibetan; tea habitude; formation; characteristics

（责任编辑 苏日娜）